ತಾರೀಖು 15ನೇ ನವೆಂಬರ್ 1885.

ನಂ. A 17.—ಇದರಿಂದ ಸಮಸ್ತ ಜನಗಳಿಗೂ ತಿಳಿಯಪಡಿಸುವದೇನಂದರೆ,—ಶ್ರೀಮನ್ಮಹಾರಾಜ ರಾಜಾಸಾಹೇಬ್ ಬಹದೂರವರ ಸರ್‌ಕ್ಯೂಟ್ ಮೊಕ್ತಾಮಿನಲ್ಲಿ ಪಾವತೀಬಗ್ಯೆ ರವಾನಿಸಲ್ಪಡುವ ದರೋಬಸ್ತು ಲೇಟರುಗಳು ವ ಪಾರಸೆಲ್‌ಗಳ ಮೇಲೆ "ಶ್ರೀಮನ್ಮಹಾರಾಜ ರಾಜಾಸಾಹೇಬ್ ಬಹದೂರವರ ಕ್ಯಾಂಪಿಗೆ" ಯಂಬದಾಗಿ ಮಾತ್ರ ಮೇಲ್‌ವಿಳಾಸ ಬರಿಯಬೇಕೇ ಹೊರ್ತು, ಫಲಾನೆ ಅಂಚೆಗೆ ಯಂಬದಾಗಿ ಬರಿಯತಕ್ಕ ಅವಶ್ಯಕವಿಲ್ಲವು.

ಬಿ. ಮರಿಗಂಗಯ್ಯ,
ಅಂಚೇ ಬಕ್ಷಿ.

ಬೆಂಗಳೂರು ಡಿಸ್ಟ್ರಿಕ್ಟ್.

ಇನ್ಸ್ಟಿಹಾರ್‌ನಾಮೆ.

ತಾರೀಖು 13ನೇ ನವೆಂಬರ್ 1885.

ಇದರಿಂದ ತಿಳಿಸುವದೇನಂದರೆ, ಬೆಂಗಳೂರು ಸೆಂಟ್ರಲ್ ಜೈಲ್‌ನಲ್ಲಿಯೂ ಡಿಸ್ಟ್ರಿಕ್ಟ್ ಲಾಕಪ್ಪಿನಲ್ಲಿಯೂ ಖೈದ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟಿರುವ ಖೈದಿಗಳ ಉಪಯೋಗದ ಬಗ್ಯೆ ಸ್ಯ 1886ನೇ ಇಸವಿ ಜನವರೀ ಗುರ್ಯೇ ತಾರೀಖು ಮೊದಲು 1886ನೇ ಡಿಸಂಬರ್ 31ನೇ ತಾರೀಖುವರಿಗೆ ಎರಡು ದಿನಗಳೂ ಕೇರಿ ಬೇಕಾದ ಆಹಾರ ವಗೈರೇ ದರೋಬಸ್ತು ಜಿನಸುಗಳನ್ನೂ ಕಂಟ್ರಾಕ್ಟು ಮೂಲಕ ಸರಬರಾಯಿ ಮಾಡುವ ಬಗ್ಯೆ ಬರುವ ಬಂದ್ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟ ದರಖಾಸ್ತುಗಳನ್ನು—ಸೆಂಟ್ರಲ್ ಜೈಲ್ ಸೂಪರ್‌ಟೆಂಡೆಂಟರವರು, ಸ್ಯ 1885ನೇ ಇಸವಿ ಡಿಸಂಬರ್ 10ನೇ ತಾರೀಖುವರಿಗೆ ತೆಗದುಕೊಳ್ಳುವರು.

2. ಸದರೀ ತಾರೀಖು ತರುವಾಯ ಯಾವ ದರಖಾಸ್ತುಗಳೂ ತೆಗದುಕೊಳ್ಳಲ್ಪಡುವದಿಲ್ಲವು.

3. "ಸೆಂಟ್ರಲ್ ಜೈಲ್ ಮತ್ತು ಡಿಸ್ಟ್ರಿಕ್ಟ್ ಲಾಕಪ್ಪಿಗೆ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಸರಬರಾಯಿ ಬಗ್ಯೆ ದರಖಾಸ್ತುಗಳು" ಯೆಂಬದಾಗಿ ದರಖಾಸ್ತುಗಳ ಮೇಲೆ ಬರೆದು ಕಳುಹಿಸತಕ್ಕದ್ದು.

4. 500 ರೂಪಾಯಿಗಳು ನಗದಾಗಿ ಅಥವಾ ಕರ್ನಾಟೀ ನೋಟುಗಳ ಮೂಲಕ ಡಿಪಾಜಿಟ್‌ನೀ ಕಳುಹಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಹೊರ್ತು ಯಾವ ದರಖಾಸ್ತುಗಳೂ ತೆಗದುಕೊಳ್ಳಲ್ಪಡಲಾರವು.

5. ದರಖಾಸ್ತುಗಳು ಸೆಂಟ್ರಲ್ ಜೈಲ್ ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ, ಹಾಜರಾಗಲಿಕ್ಕೆ ಇಷ್ಟವುಳ್ಳ ದರಖಾಸ್ತುದಾರರ ರೂಬರೂ, ಮೇಲ್ಕಂಡ ತಾರೀಖಿನೊಳಗೆ ಸೆಂಟ್ರಲ್ ಜೈಲ್ ಸೂಪರ್‌ಟೆಂಡೆಂಟರವರಿಂದ ಖುಲ್ಲಾ ಮಾಡಲ್ಪಡುವವು.

6. ದರೋಬಸ್ತು ದರಖಾಸ್ತುಗಳಲ್ಲಿಯೂ, ಈ ಕೆಳಗೆ ನಮೂದಿಸುವ ತರಗತಿಯ ಪ್ರತಿ ಖೈದಿಗೂ ದಿನ ಒಂದಕ್ಕೆ ಆಗತಕ್ಕ ದರವು ನಮೂದಿಸಲ್ಪಡತಕ್ಕದ್ದು.

1	ನೇಟಿವ್ ಕೂಲಿಯವರಾದ	ಖೈದಿಗಳು	A ಕ್ಲಾಸ್
2	ಡಿಟ್ಟೋ	ಡಿಟ್ಟೋ	B ,,
3	ಡಿಟ್ಟೋ	ಡಿಟ್ಟೋ ಅಲ್ಲವಾಯಿದೆ ಯವರು	C ಕ್ಲಾಸ್
4	ನೇಟಿವ್ ಕೂಲೀ ಮಾಡದ್ದಕ್ಕೆ	ಂಗಸರು, ವಿಚಾರಣೆಯಲ್ಲಿ ಇರತಕ್ಕವರು,	D ಕ್ಲಾಸ್
5	ಹುಡುಗರಾದ ಖೈದೀರು		E ,,
6	ಯೂರೋಪಿಯನ್ನರು	ಈಸ್ಟ್ ಇಂ	ಗಳು

ಸ್ಟ್ 1886ನೇ ಇಸವಿಯಲ್ಲಿ ರೋಜೇನಾ ಸುಮಾರು 750 ಮಂದಿ ಖೈದೀರು ಇರಬಹುದಾಗಿ ಅಂದಾಜು ಇದ್ದೆ.

7. ದರಖಾಸ್ತು ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟ ದರಗಳು ಇದಕ್ಕೆ ಲಗತ್ತಾದ ಆಹಾರ ಜಿನಸೀಗಳ ಸ್ಕೇಲ್ ಪಟ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ನಮೂದಿರುವ ಪದಾರ್ಥಗಳು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳು, ಕಾಹಿಲೇ ಮನುಷ್ಯರಿಗೆ ವಿಶೇಷ ಪದಾರ್ಥಗಳು, ನಷ್ಟವಾಗತಕ್ಕ ಪದಾರ್ಥಗಳು, ಹೊರ ಕಾಮಗಾರಿ ಕೈದಿಗಳಿಗೆ ಜಾಸ್ತಿ ಭತ್ತಾ, ದೀಪದಯಂಣೆ, ಕೆರೋಸಿರ್ಯ್ ಯಂಣೆ, ಲಾಂದ್ರಗಳು, ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ರಿಪೇರಿ ಮಾಡಿಸುವಣ, ಅಡಿಗೆ ಮಾಡುವ ಬಗ್ಗೆ ತಾಂಬ್ರ ಪಾತ್ರೆ ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ರೀಪೇರಿ ವ ಕಲಾಯಿ, ಮಡಿಕೆಗಳು, ಲೋಟಾಗಳು, ಹರಿವಾಣಗಳು, ಸ್ನಾನಮಾಡುವ ಬಗ್ಗೆ ಅಗೆಕಾಯಿ, ಪರಕೆಗಳು, ಗೂಡೆ ಚಾಪೆ ಮಾಡಲಿಕ್ಕೆ ಬಿದರು, ಹಗ್ಗ ಮಾಡುವದಕ್ಕೆ ಜಂಗು, ಖೈದಿರ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಪ್ರಕಾಶ ಅಕ್ಕಿ, ಹಾಲು, ರೊಟ್ಟಿ, ಸಕ್ಕರೆ ವಗೈರೆ ಪದಾರ್ಥಗಳು, ಕುದ್ದಿ ಮಾಡುವಬಗ್ಗೆ ಸುಂಣ್ಣ, ಹೊಗೆ ಹಾಕುವದಕ್ಕೆ ಗಂಧಕ, ಚಪಳುಮಣ್ಣು, ಮತ್ತು ಬಟ್ಟೆ ಮಾಯಿ ಖೈದಿಗಳ ಉಪಯೋಗದ ಬಗ್ಗೆ ಕ್ರಮವಾಗಿ ಕೊಡಬೇಕಾದ ತಮಾಂ ಚಿಲ್ಲರೇ ಪದಾರ್ಥಗಳೂ ಸಹ ಅಡಗಿರತಕ್ಕದ್ದು. ಕಂಟ್ರಾಕ್ಟದಾರನು ಖೈದಿಗಳಿಂದ ಬೀಸಲ್ಪಡುವ ಬಗ್ಗೆ ರಾಗಿಯನ್ನು ಸರಬರಾಯಿ ಮಾಡಿ ಬೀಸಿದ ಹಿಟ್ಟನ್ನು ಖೈದಿಗಳಿಗೆ ಕೊಡತಕ್ಕದ್ದು.

8. ಸೂಪರ್ಿಟೆಂಡೆಂಟರವರು ಯಾವ ದರಖಾಸ್ತನ್ನಾಗಲಿ ತಿರಸ್ಕರಿಸುವ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯವನ್ನು ತಮ್ಮಲ್ಲಿ ಉಳಿಸಿಕೊಂಡಿರುತ್ತಾರೆ ಹೀಗೆ ತಿರಸ್ಕರಿಸಲಿಕ್ಕೆ ಯಾವ ನಿಮಿತ್ತವನ್ನೂ ಅವರು ತಿಳಿಸಬೇಕಾದ್ದಿಲ್ಲವು.

9. ಮಂಜೂರಾದ ದರಖಾಸ್ತುದಾರನ ಡಿಪಾಜಿಟ್ ಮೊಬಲಗು ನಿಲ್ಲಿಸಿಕೊಳ್ಳಲ್ಪಟ್ಟು, ಆತನು ಕಂಟ್ರಾಕ್ಟು ಮುಚ್ಚಲಿಕೆ ಬರದು ಕೊಡಲಿಕ್ಕಾಗಲಿ, ನಗದಾದರೂ ಗವರ್ಮೆಂಟ್ ಪತ್ರಗಳ ಮೂಲಕವಾದರೂ 1,500 ರೂಪಾಯಿಗಳ ಮೊಬಲಗಿಗೆ ಜಾಮೀನನ್ನು ತನ್ನ ದರಖಾಸ್ತು ಮಂಜೂರಾದ ಸಂಗತಿ ತನಿಗೆ ತಿಳಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ತಾರೀಖು ಮೊದಲು ಬಂದು ವಾರದ ಒಳಗಾಗಿ, ಕೊಡಲಿಕ್ಕಾಗಲಿ. ತಪ್ಪಿದರೆ, ಸರಕಾರಕ್ಕೆ ಕೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲ್ಪಡುವದು.

10. ಕಂಟ್ರಾಕ್ಟದಾರಗೆ ನಗದು ಅಡ್ವಾನ್ಸು ಯಾವದೂ ಕೊಡಲ್ಪಡಲಾರದು. ಸರಬರಾಯಿ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟ ಪದಾರ್ಥಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು 1ನೇ ತಾರೀಖಿಗೆ ತರುವಾಯ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ತ್ವರೆಯಾಗಿ ಸೆಂಟ್ರಲ್ ಜೈಲ್ ಸೂಪರ್ಿಟೆಂಡೆಂಟರವರಿಂದ ಮೊಬಲಗು ಕೊಡಲ್ಪಡುವದು.

11. ಕಂಟ್ರಾದಾರನಿಗೆ ಸಾಮಾನುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಬಂದು ಖೋಲಿಯು ಬಿಡಲ್ಪಡುವದು, ಅದರಲ್ಲಿ ಆತನು ನಷ್ಟವಾಗದ ದರೋಬಸ್ತು ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನೂ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಮಾಂಸ ವಗೈರೇ ನಷ್ಟವಾಗುವ ಪದಾರ್ಥಗಳು ಪ್ರತಿ ದಿನ ಬೆಳಗ್ಗೆ 8 ಘಂಟೆಗೆ ಜೈಲ್ ನಲ್ಲಿ ಇರತಕ್ಕದ್ದು.

12. ಕಂಟ್ರಾಕ್ಟು ವಳ ಷಿಕ್ಕಿಗೆ ಕೊಡಲ್ಪಡಕೂಡದು.

13. ಕಂಟ್ರಾಕ್ಟಿನ ನಿಬಂಧನೆಗೆ ತಪ್ಪಿ ನಡೆಯುವ ಬಗ್ಗ್ಯಾಗಲಿ, ಕಿರದು ತರದ ಯಾವ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಕೊಡುವ ಬಗ್ಗ್ಯಾಗಲಿ, ಸೆಂಟ್ರಲ್ ಜೈಲ್ ಸೂಪರ್ಿಟೆಂಡೆಂಟರವರ ಯಚ್ಛಾಶ್ರೀಯಿಂದ 150 ರೂಪಾಯಿಗೆ ಮಿಾರದ ಬಂದು ಜುರ್ಮಾನೆಯು ಕಂಟ್ರಾಕ್ಟದಾರನಿಗೆ ಹಾಕಲ್ಪಡುವದು. ಬಾರ್ಬಾರ್ ಆ ಮೇರೆ ತಪ್ಪಿದರೆ ಕಂಟ್ರಾಕ್ಟು ರದ್ದು ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟು ಶೇವಣೀ ಮೊಬಲಗು ಸರಕಾರಕ್ಕೆ ಕೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲ್ಪಡುವದು.

14. ಕಂಟ್ರಾಕ್ಟು ತಪ್ಪಿ ನಡಿಯುವ ದರೋಬಸ್ತು ಸಂಗತಿಗಳೊಳಗೂ ಸೆಂಟ್ರಲ್ ಜೈಲ್ ಸೂಪರ್ಿಟೆಂಡೆಂಟರವರ ನಿರ್ಣಯವೇ ಅಖೈರಾಗಿರತಕ್ಕದ್ದು.

15. ಕಂಟ್ರಾಕ್ಟದಾರನು ಖೈದಿಗಳ ಉಪಯೋಗಾರ್ಥ ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ದರ ರೂಪಾಯಿ 1ಕ್ಕೆ 40 ಪೌನು ಪ್ರಕಾರ ಜೈಲ್ ತೋಟದಿಂದಲೇ ಕೊಳ್ಳುವದಕ್ಕೆ ಬದ್ಧನಾಗಿರತಕ್ಕದ್ದು.

16. ಇನ್ಯಾವ ಸಂಗತಿಯನ್ನಾದರೂ ತಿಳಿಯಬೇಕಾದರೆ ಜೈಲ್ ಸೂಪರ್ಿಟೆಂಡೆಂಟರವರ ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ಕೇಳಿ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

17. ಈ ಕಂಟ್ರಾಕ್ಟು, ಮೈಸೂರು ದೇಶದ ಜೈಲ್‌ಗಳ ಸೂ 5 ಜನರಲ್‌ರವರುಂದ ಮಂಜೂರ್ಮಾಡಲ್ಪಡುವ ಬಗ್ಗೆ ಬಳಸಲ್ಪಟ್ಟು ರತಕ್ಕದ್ದು.

ಷರಾ.—ಮೇಲ್ ಕಂಡ ಕಂಟ್ರಾಕ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಯಾವ ವಿಧವಾದ ರ ಯೂ ತೋರಿಸಲ್ಪಡಲಾರದು.

ಮೈಸೂರು ದೇಶದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಿ ತರಗತಿಯು ಸೇರಿದ ಶಿಬಿರಗಳಿಗೂ ಆಹಾರದ ಸ್ಕೇಲ್ ಪಟ್ಟಿ.

| ಪದಾರ್ಥಗಳು. | ಎರಡು ಹೊತ್ತಿಗೆ ಸೇರಿಸಿಕೊಟ್ಟ ಕಡಿಮೆ ಸಲ ಆಸಾಮಿಗಳಿಗೆ ಜನಗಳಿಗೆ ಕೊಡತಕ್ಕ A ಸ್ಕೇಲ್. | | | | | | | | | | | | ಉರು ತಿಂಗಳಿಗೆ ಹಾನಿಯಾಗಿ ಎರಡು ಸಮಯಗಳ ಪರಿವಾರಕ್ಕೂ ಆಸಾಮಿಗಳಿಗೆ ತಕ್ಕ ಜನಗಳಿಗೆ B ಸ್ಕೇಲ್. | | | | | | | | | | | | ಉರು ತಿಂಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಅದಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಯಾವ ಕಾಲದ ಪರಿವಾರಕ್ಕೂ ಕೊಡಲು ಸಲ ಆಸಾಮಿಗಳಿಗೆ ನಿಶ್ಚಯಿಸುವ ಜನಗಳು. | | | | | | | | | | | | ಸಾಧಾರಣ ಹೆಚ್ಚಾಗದು ಮತ್ತು ವಿಚಾರಕ್ಕೆಯಲ್ಲಿ ಇರತಕ್ಕದ್ದು. | | | | | | | | | | | | ಹುಡುಗ ಪ್ರಿಬಿಗಳು. | | | | | | | | | | | |
|---|---|---

ಯೂರೋಪಿಯರ್ಸ್ ವ ಈಸ್ಟ್ ಇಂಡಿಯನ್ ಖೈದಿಗಳ ಆಹಾರದ ಸ್ಕೇಲ್ ಪಟ್ಟಿ.

ಕೂಲಿ ಮಾಡುವ ಖೈದಿಗಳಿಗೆ ಸಾಧಾರಣವಾದ (ಬಿ) ಸ್ಕೇಲ್.

ಪದಾರ್ಥಗಳು.	ಭಾನುವಾರ	ಸೋಮವಾರ	ಮಂಗಳವಾರ	ಬುಧವಾರ	ಗುರುವಾರ	ಶುಕ್ರವಾರ	ಶನಿವಾರ
	ಪೌ.	ಪೌ.	ಪೌ.	ಪೌ.	ಪೌ.	ಪೌ.	ಪೌ.
ರೊಟ್ಟಿ	12	12	12	12	12	12	12
ಮಾಂಸ ..	8	8	8	8	8	8	8
ಅಕ್ಕಿ ..	8	8	8	8	8	8	8
ತರಕಾರಿ ..	10	10	10	10	10	10	10
ಉಪ್ಪು ..	¾	¾	¾	¾	¾	¾	¾
ಈರುಳ್ಳಿ ..	½	½	½	½	½	½	½
ಮಸಾಲೆಪುಡಿ ..	⅜	0	⅜	0	⅜	0	⅜
ಮೆಣಸು ..	0	⅜	0	⅜	0	⅜	0
ಬೇಳೆ ..	1	1	1	1	1	1	1
ತುಪ್ಪ ..	1	1	1	1	1	1	1
ಹುಣಸೇಹಣ್ಣು ..	½	0	½	0	½	0	½
ನಿಂಬೆಕಾಯಿವಪ್ಪಿನಕಾಯಿ	⅛	⅛	⅛	⅛	⅛	⅛	⅛
ಸಕ್ಕರೆ ..	1	1	1	1	1	1	1
ಕಾಫಿ ..	1	1	1	1	1	1	1
ಹಾಲು ..	ರೋಜೀನಾ ½ ಪೈಂಟು.						
ಸಾದೆ ..	ರೋಜೀನಾ 2 ಪೌಂಡು.						

ಇತರ ಸ್ಕೇಲ್‌ಯಾನೆ ದರಗಳು.

ದೀರ್ಘವಾಯಿದೆಯುಳ್ಳ ಕಠಿಣ ಸಜಾ ಅನುಭವಿಸುವ ಖೈದೀರಿಗೆ ಇದರ ಕೆಳಗೆ ಕಾಣಿಸಿರುವವುಗಳ ವಿನಾ B ಸ್ಕೇಲಿನಂತೆಯೇ ಪೂರಾ A ಸ್ಕೇಲ್.

ರೊಟ್ಟಿ	ಪೌ.	16
ಮಾಂಸ	,,	10
ತರಕಾರಿ	,,	12
ತುಪ್ಪ	,,	1½

ಕಾಮಗಾರಿ ಇಲ್ಲದೆ ವ ದರ್ಯಾಫ್ತ್ಯಲ್ಲಿರುವ ಮತ್ತು 7 ದಿವಸಗಳ ಸಜಾ ಮೇಲೆ ಇರುವಂತಾವರಿಗೆ, ಇದರ ಕೆಳಗೆ ನಮೂದಿರುವವುಗಳ ವಿನಾ B ಸ್ಕೇಲಿನಂತೆಯೆ.

ರೊಟ್ಟಿ	ಪೌ.	8
ಮಾಂಸ	,,	6
ತರಕಾರಿ	,,	8
ಅಕ್ಕಿ	,,	6

ಪೀಕ್ಷೆ ಪದ್ಧ್ಯ ರೊಟ್ಟಿ 1 ಪೌ. ನೀರು 2 ಪೈಂಟು.

ಹೆಂಗಸರು: ದೀರ್ಘವಾಯಿದೆವುಳ್ಳ ತವಾಂ ಖೈದೀರಿಗೂ—

ಮಾಂಸ ಕೊಡತಕ್ಕ ದಿವಸಗಳಲ್ಲಿ.			ಇತರ ದಿವಸಗಳಲ್ಲಿ.	
ರೊಟ್ಟಿ	ಪೌ.	12	ಪೌ.	12
ಮಾಂಸ	,,	6	..	6
ತರಕಾರಿ	,,	8	..	8
ಅಕ್ಕಿ	,,	8	..	8
ಬೇಳೆ	,,	1	..	1
ತುಪ್ಪ	,,	1	..	1

ಇತರ ಪದಾರ್ಥಗಳು ಗಂಡಸರಿಗೆ ಕೊಡುವಂತೆಯೇ

ಮಧ್ಯಮ ಯಾ B ಸ್ಕೇಲ್—ಅಲ್ಪವಾಯಿದೆವುಳ್ಳ ದರ್ಯಾಫ್ತ್ಯಲ್ಲಿರತಕ್ಕ ಯಾ ಕೂಲಿಮಾಡದಂಥಾವರು.

ಮಾಂಸ ಕೊಡತಕ್ಕ ದಿವಸಗಳಲ್ಲಿ.			ಇತರ ದಿವಸಗಳಲ್ಲಿ.	
ರೊಟ್ಟಿ	ಪೌ.	8	ಪೌ	8
ಮಾಂಸ	,,	4	..	
ತರಕಾರಿ	,,	8	..	
ಅಕ್ಕಿ	,,	6	..	
ಬೇಳೆ	,,	1	..	
ತುಪ್ಪ	,,	1	..	

ಇತರ ಪದಾರ್ಥಗಳು ಮೇಲಿನಂತೆಯೆ.

ನಾಲ್ಕು ಡ್ಯಾಂಗಳ ವುಪ್ಪು ಪುಡಿಮಾಡಿ ಕೊಡತಕ್ಕದ್ದು, ಅದು ಆಹಾರ ದೊಡನೆ ಬೆರಸಿಕೊಂಡು ತಿನ್ನತಕ್ಕದ್ದು.

ತರಕಾರಿ ಪೈಕಿ ಅರ್ಧ ಭಾಗ ಉಸಳಗಡ್ಡೆಯಾಗಿರಬೇಕು.

ಕಾಫಿಯು 1 ಪೈಂಟು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಮಾಡತಕ್ಕದ್ದು.

ಹೊತ್ತು ಹೋಗಿ ಬಂಪವರು (4 ಔ. ರವೆ 2 ಔ. ಸಕ್ಕರೆವುಳ್ಳ 1 ಪೈಂಟು ರವೆ ಗಂಜಿಯಾಗಲಿ (½ ಪೌ) ಸಾರು ಅನ್ನವಾಗಲಿ ಪಡೆಯತಕ್ಕದ್ದು ಆರೋಗ್ಯವಿಷಯಕ್ಕಾಗಿ ವಿನಾ ಅನ್ಯಥಾ ಪೂರಾ (ಎ) ಸ್ಕೇಲ್ ಕೊಡಲ್ಪಡಕೂಡದು.

ಹೆಚ್. ಹೆಚ್. ಸ್ಪಾರ್ಕ್ಸ್,
ಸೂಪರ್‌ಟೆಂಡೆಂಟ್.